

کوچینگ

روش نوین درمان اختلال

نقص توجه / بیش فعالی

مؤلفین:

دکتر توحید خادم امیری

ژیلا خادم امیری



- سرشناسه : خادم امیری، توحید، ۱۳۷۲-
عنوان و نام : کوچینگ روش نوین درمان اختلال نقص توجه/ بیش فعالی/
پدیدآور : مولفین توحید خادم امیری، ژیللا خادم امیری.
مشخصات نشر : مشهد: انتشارات جالیز، ۱۴۰۰.
مشخصات : ۱۳۷ص.
ظاهری :
شابک : ۴۵۰۰۰۰ ریال-4-441-263-622-978 :
وضعیت فهرست : فیبا
نویسی :
موضوع : کودکان مبتلا به اختلال کم توجهی -- درمان جایگزین
موضوع : Attention-deficit-disordered children -- Alternative treatment
موضوع : مربیگری زندگی
موضوع : Personal coaching
شناسه افزوده : خادم امیری، ژیللا، ۱۳۶۰-
رده بندی کنگره : ۵۰۶۳۱
رده بندی دیوبی : ۶۳۵۸۹/۶۱۸
شماره : ۷۶۰۸۳۴۴
کتابشناسی :
ملی :
وضعیت رکورد : فیبا



کوچینگ، روش نوین درمان اختلال نقص توجه/ بیش فعالی

دکتر توحید خادم امیری، ژیللا خادم امیری

ناشر: انتشارات جالیز

چاپ: اول، بهار ۱۴۰۰ / ۱۰۰۰ نسخه

قطع: وزیری/ تعداد صفحه: ۱۳۷

قیمت: ۴۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۶۳-۴۴۱-۴

طراح جلد: صالح مقدم

صفحه آرائی: سعید محمد مهدیزاده فیض آبادی

حق چاپ محفوظ است

آدرس: بلوار شهید رضوی روبروی درب دانشکده روانشناسی دانشگاه فردوسی

تلفن تماس: ۰۹۱۵۹۳۰۹۹۶۳-۰۹۱۵۸۳۱۹۵۳۵-۰۵۱۳۸۷۹۵۲۸۸

فهرست مطالب

پیشگفتار	۱۱
فصل اول	۱۳
اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۱۳
پیشینه ی تاریخی اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۱۸
علائم اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۲۰
اثرات اختلال نقص توجه	۲۲
میزان شیوع اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۲۳
دانش آموزان دارای نقص توجه / بیش فعالی	۲۶
ملاک های تشخیصی ملاخطاتی درخصوص تشخیص اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۲۸
ملاک های تشخیصی اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۲۹
اختلال نقص توجه / بیش فعالی از نوع عمدتاً بی توجهی (ADD)	۳۱
اختلال نقص توجه / بیش فعالی از نوع عمدتاً بیش فعال - تکانشگر	۳۲
اختلال نقص توجه / بیش فعالی از نوع مرکب	۳۲
فصل دوم	۳۴
مشکلات کودکان مبتلابه اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۳۴
مشکلات اجتماعی	۳۵
مشکلات شناختی و هوشی	۳۸
مشکلات تحصیلی	۴۱
مشکلات هیجانی و عاطفی	۴۵
سیر تحولی کودکان مبتلابه اختلال نقص توجه / بیش فعالی	۵۰
سیر و پیش آگهی	۵۳

۵۵		همابندی اختلال های دیگر
۵۶		اختلال نافرمانی مقابله ای
۵۷		اختلال سلوک
۵۷		اختلالات یادگیری
۶۰		مصرف مواد
۶۱		بیماری صرع و تشنج
۶۵		فصل سوم
۶۵		تشخیص و علل اختلال نقص توجه/ بیش فعالی
۶۶		تشخیص افتراقی
۶۷		سبب شناسی
۶۷		نظریه های زیست شناختی (بیولوژیک)
۶۷		فرضیه های ژنتیکی
۶۹		نظریه نقص جسمانی
۷۰		فرضیه ی اختلال در ترشح انتقال دهنده های عصبی
۷۰		فرضیه ی آلرژیک
۷۱		فرضیه ی تحت آستان های
۷۲		نظریه های درونروانی
۷۴		نظریه ی سیستم ها
۷۶		فصل چهارم
۷۶		راهبردهای درمانی اختلال نقص توجه/ بیش فعالی
۷۷		رفتار درمانی
۷۷		نوروفیدبک
۷۹		تأثیر بازی بر اختلال نقص توجه/ بیش فعالی

۸۰	کوچینگ
۸۱	فصل پنجم
۸۱	کوچینگ چیست؟
۸۲	۱- کتاب بازی درون
۸۴	۲- مؤسسه اسالین
۸۶	۴- توماس لئونارد
۸۷	۵- نقطه عطف کوچینگ
۸۸	جایگاه کوچینگ
۸۹	نگاه خوش بینانه به انسان - بشر به دنبال خودش کوفایی است
۹۰	آبراهام مزلو
۹۰	انسان‌ها موجوداتی چندوجهی یکپارچه و منحصر به فردند
۹۱	ارزشمند بودن انسان‌ها
۹۱	جمع بندی: اصول روانشناسی انسان‌گرا
۹۲	زبان‌شناسی و کوچینگ
۹۳	بنیان‌های فکری کوچینگ
۹۴	کوچینگ چه چیزی نیست؟
۹۴	تفاوت کوچینگ با مشاوره
۹۴	تفاوت کوچینگ با منتورینگ
۹۵	تفاوت کوچینگ با درمانگری
۹۵	تفاوت کوچینگ با روانشناسی یا روانکاوی
۱۰۱	چرا داشتن کوچ مهم است؟
۱۰۱	کوچینگ چه کاربردهایی دارد؟
۱۰۲	ساختار و روند کوچینگ چگونه است؟
۱۰۲	فلسفه کوچینگ

پیشگفتار

قطعاً تاکنون واژه کوچینگ را شنیده‌اید؛ اما ممکن است با حوزه عملکرد آن آشنا نباشید. کوچینگ، طبق تعریف فدراسیون بین‌المللی کوچینگ ICF، یک فرآیند فکری و خلاق بین کوچ و کوچی است که به بهتر کردن عملکرد، افزایش توانایی‌های فردی، حرفه‌ای و ایجاد خلاقیت بیشتر در آن‌ها می‌پردازد. کوچینگ رابطه‌ای مشارکتی، حمایتی و دوطرفه بین کوچ و کوچی است که با طرح مسئله از زبان کوچی، فرآیندی را فراهم می‌آورد تا او را به هدف خود رسانده و موفقیت سریع‌تر حاصل شود. کوچینگ یکی از روش‌های نوین درمانی جهت درمان اختلال نقص توجه / بیش‌فعالی در کنار سایر مداخلات غیر دارویی برای بهبود عملکرد بیماران به کار می‌رود. کوچینگ بر روی تفاوت بیولوژیکی ویژه در ذهن افراد مبتلابه اختلال نقص توجه / بیش‌فعالی متمرکز می‌شود. در این روش علائم عصبی-زیستی به‌عنوان پایه عادات و الگوهای رفتاری منفی در این افراد به‌حساب می‌آید و بیماران یاد می‌گیرند چالش‌های روزانه‌ای که بر اثر این علائم به وجود می‌آید را مدیریت کنند. درواقع این افراد یاد می‌گیرند پیامدهای عملکرد خود را نه به‌طور عمدی، بلکه به دلیل اختلالی که در ذهنشان وجود دارد، فراموش کنند. وقتی که افراد این موضوع را یاد بگیرند می‌توانند راهبردهای لازم را برای ایجاد تغییر به‌کارگیرند. کوچینگ، پلی بین علاقه فرد برای شروع به تغییر و مجموعه اعمالی است که باید برای تغییر انجام دهد و درواقع پلی بین توانایی و عملکرد است. درمانگری که با اصول کوچینگ کار می‌کند با موضوعات عملی زندگی روزانه افراد مثل برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی، اولویت‌بندی و مدیریت زمان سروکار دارد. جنبه دیگر کوچینگ، همه‌جانبه بودن این روش درمانی است. درمانگر از فرد می‌خواهد که به همه جنبه‌های زندگی توجه کنند و راهبردهایی را که نیازمند تغییر

است به‌کارگیرند تا بتوانند مدیریت کنند. درمانگر به افراد کمک می‌کند که گام‌ها را یکی-یکی بردارند. با توجه به این‌که افراد مبتلا به نقص توجه بیش‌فعالی تمایل دارند که همه کارها را هم‌زمان باهم انجام دهند، این روش درمانی اهمیت بیشتری می‌یابد. یک کوچ قادر است بین اهداف مراجع و نیازهایش برای رشد و پیشرفت تعادل برقرار کند و سبب برقراری یک رابطه مبتنی بین فرد و محیطش (سازمان، خانواده، اجتماع و ...) گردد. کوچ به مراجع خود یاری می‌رساند تا برای رویارویی با چالش‌های پیش آمده راه‌حل‌هایی بیابد. او ضمن انگیزه دادن به مراجع برای رسیدن به اهدافش، به او کمک می‌کند تا برنامه و دستورالعمل‌های لازم را تهیه کند. با توجه به این‌که کوچینگ تأثیرات مثبتی بر عملکرد، بهزیستی، دستیابی به اهداف و نگرش به کار دارد (تی بوم، ۲۰۱۶): در این کتاب برای آشنایی بیشتر شما با این مهارت جهانی، علاوه بر توضیح کوچینگ، آن را با دیگر تکنیک‌های مشاوره و مربی‌گری مقایسه کردیم و تفاوت کوچینگ با مشاوره و منتورینگ و کاربرد آن در درمان اختلال نقص توجه/ بیش‌فعالی را توضیح دادیم.

امید است درمانگران، مشاوران و والدین با مطالعه هدفمند این کتاب سودمند گام‌های مؤثری در جهت شناخت، درک بهتر، برقراری ارتباط و درمان افراد دارای اختلال نقص توجه بیش‌فعالی بردارند.

دکتر توحید خادم‌امیری

ژیلا خادم‌امیری